

2020年2月予定献立表

緑丘保育園

曜 日	昼 食	材 料 名	3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食	
月 10	イカマリネ(乳児 タラ) かぼちゃサラダ ごまパン かぶとベーコンのスープ	イカ(乳児タラ)・薄力粉・油・玉葱・トマト・パセリ・油・酢・塩・素精糖 0,1歳は野菜あんかけ(酢なし) かぼちゃ・きゅうり・干しぶどう・酢・油・塩 ごまパン(卵なし) 0歳児は食パンスティック付き ベーコン・玉葱・かぶ・青菜・醤油・塩・かつおだし	夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・こんぶだし・人参・油揚げ・醤油・ 刻み昆布 くだもの・牛乳	ポテトフライ じゃが芋・油・塩・青のり 麦茶	豆乳坦々うどん・ポテトフライ 干しうどん・豚肉・もやし・長葱・にんにく・味噌・醤油・素精糖・ごま油 塩・かつおだし・豆乳・味噌・素精糖・醤油 くだもの	
火 25	煮込みハンバーグ れんこんのサラダ ごはん 豆腐とえのきのすまし汁	豚ひき・牛ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・卵・塩・油・ケチャップ・ウスターソース・かつおだし・片栗粉 れんこん・にんじん・ブロッコリー・まぐろ缶・マヨネーズ・ごま・塩 精白米・胚芽米 豆腐・えのき・青菜・醤油・塩・かつおだし	きなこキャラメル麩 麩・バター・素精糖・きな粉 くだもの・牛乳	ジャムラスク 食パン・ジャム 麦茶	肉みそ豆腐・キャベツサラダ 豆腐・牛ひき・玉葱・人参・椎茸・油・味噌・素精糖・片栗粉・ 小松菜 キャベツ・きゅうり・にんじん・ゆかり・塩 ごはん・味噌汁	
水 12 26	マーボー豆腐 だいこんの華風和え ごはん つみれ汁	豆腐・豚ひき・長葱・ニラ・人参・ごま油・にんにく・生姜・味噌・醤油・素精糖・片栗粉 だいこん・きゅうり・にんじん・塩・素精糖・酢・ごま油 精白米・胚芽米 いわし・味噌・生姜・酒・片栗粉・だいこん・にんじん・椎茸・長葱・青菜・塩・醤油	12日)かぼちゃクッキー・くだもの・牛乳 かぼちゃ・ホットケーキミックス・素精糖・マーガリン・全粒粉 26日)ポテトピザ・くだもの・牛乳 じゃが芋・塩・薄力粉・ケチャップ・コーン缶・まぐろ缶・ピーマン・チーズ	あんぱん あんぱん(あん少なめ、卵なし) 麦茶	サーモンスパゲティ・コールスローサラダ スパゲティ・生鮭・玉葱・マッシュルーム・しめじ・にんにく・油・酒・塩・ 牛乳・薄力粉・バター・パセリ コーン缶・人参・キャベツ・きゅうり・油・酢・塩 くだもの	
木 13 27	鮭のコーンマヨネーズ焼き じゃがじゃこ金平 ごはん 切干大根味噌汁	生鮭・マヨネーズ・コーン缶・パルメザンチーズ・塩 じゃが芋・人参・いんげん・しらす・油・素精糖・酒・醤油 精白米・胚芽米 切干大根・いんげん・にんじん・塩蔵わかめ・煮干し・味噌	13日)いちごクリームサンド・くだもの・牛乳 食パン・生クリーム・いちご・上白糖 27日)クリームサンド・くだもの・牛乳 食パン・生クリーム・もも缶・みかん缶・上白糖	生姜ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・生姜・油揚げ・人参・ 酒・醤油・しお・酒・海苔 麦茶	鶏の照り焼き(りすは鶏つくね) 鶏肉・にんにく・しょうが・醤油・酒 りす⇒鶏ひき・長葱・片栗粉・醤油・酒 高野豆腐・人参・干し椎茸・いんげん・素精糖・醤油・みりん・塩 高野豆腐の煮物・生姜ごはん・スープ	
金 14 28	14日)シーフードカレー だいこんの塩昆布漬 油揚げともやしの味噌汁	28日)大豆カレー 精白米・胚芽米・豚肉(0,1歳児ひき肉)・イカ・まぐろ缶・じゃがいも・玉葱・生姜・ にんにく・油・塩・トマト缶・ビュレ・薄力粉・バター・ソース・りんご・カレー粉・牛乳 だいこん・塩昆布・青菜 油あげ・もやし・玉葱・青菜・塩蔵わかめ・煮干し・味噌	28日)精白米・胚芽米・豚肉・大豆・人参・玉葱・じゃがいも・油・薄力粉・ バター・カレー粉・ピーマン・塩・にんにく・りんご・醤油・ソース・ケチャップ・牛乳 ホットケーキミックス・マーガリン・上白糖・卵・ココア・牛乳・豆乳・全粒粉 28日)スコーン・くだもの・牛乳 ホットケーキミックス・バター・牛乳・豆乳・塩・いちごジャム・水	焼きおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・ごま・ 醤油・みりん 麦茶	魚の焼肉だれ・ひじきとポテの胡麻和え 魚・薄力粉・片栗粉・油・にんにく・醤油・みりん・素精糖・ごま油・ごま ひじき・かつおだし・きゅうり・じゃがいも・ごま・塩・素精糖 焼きおにぎり・スープ	
土 1 15 29	肉あんかけうどん ブロッコリーのオーロラソース フルーツポンチ	干しうどん・塩・醤油・かつおだし・豚ひき・にんじん・長葱・干し椎茸・油・かつおだし・醤油・片栗粉・青菜・(うずら卵) ブロッコリー・にんじん・マヨネーズ・ビュレ・塩 みかん缶・もも缶・パイン缶・上白糖・水・干しぶどう	ラスク・チーズ ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン・ マーガリン・素精糖 ーロチーズ くだもの・牛乳			
月 3 17	3日)やこめごはん いわしの生姜煮 ブロッコリーのナムル じゃが芋豆乳味噌汁	17日)友禅豆腐 精白米・胚芽米・炒り大豆・塩・しらす イワシ・生姜・醤油・素精糖・水 ブロッコリー・醤油・かつおだし・ごま油 じゃがいも・玉葱・塩蔵わかめ・青菜・豆乳・味噌・煮干し	17日)豆腐・卵・人参・椎茸・かに缶・グリーンピース・素精糖・醤油・かつおだし・塩・油	チーズ蒸しパン ホットケーキミックス(粉無糖)・上新粉・脱脂粉乳・ クリームチーズ・素精糖・卵・油 くだもの・牛乳	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・ ごま・海苔 麦茶	肉じゃが・三色お浸し 豚肉・じゃがいも・玉葱・人参・いんげん・素精糖・酒・醤油・油 キャベツ・小松菜・にんじん・削り節・醤油・かつおだし おかかおにぎり・すまし汁
火 4 18	4 千草焼き 白菜と昆布の漬物 ごはん 大根とほたてのスープ	豚ひき・玉葱・人参・卵・生姜・小松菜・油・みりん・醤油・塩・かつおだし 白菜・刻み昆布・しらす・酢・醤油・みりん・塩 精白米・胚芽米 だいこん・青菜・ほたて缶詰・塩蔵わかめ・塩・醤油	ツナとコーンのラスク 食パン・まぐろ缶・コーン缶・玉葱・マヨネーズ くだもの・牛乳	桜えびごはんおにぎり 精白米・胚芽米・サクラエビ・油揚げ・ ごま・醤油・塩 麦茶	魚のホイル焼き・かぼちゃのそぼろあん 魚・醤油・みりん・玉ねぎ・しめじ・バター・塩 南瓜・豚ひき・片栗粉・酒・素精糖・醤油 桜えびごはん・味噌汁	
水 5 19	5 かじきの味噌漬け焼き にんじんといんげんのゴマ和え ごはん 呉汁	かじき・みりん・味噌・生姜 にんじん・いんげん・ごま・醤油・かつおだし・醤油 精白米・胚芽米 大豆・玉ねぎ・かぼちゃ・青菜・味噌	5日)すいとん・くだもの・牛乳 薄力粉・白玉粉・さつま芋・豚ひき・人参・椎茸・キャベツ・醤油・塩・酒 19日)さつま芋かりんとう・くだもの・牛乳 さつま芋・バター・薄力粉・素精糖・ベーキングパウダー・牛乳・油	ダイスチーズパン ダイスチーズ入りソフトフランス 麦茶	豆腐ハンバーグ・貝柱サラダ 豆腐・鶏ひき・玉葱・ひじき・パン粉・塩・油・醤油・素精糖・片栗粉・ かつおだし だいこん・きゅうり・にんじん・ほたて缶・油・酢・塩・醤油 ダイスチーズパン・スープ	
木 6 20	6日)肉団子の甘酢あん カリフラワーサラダ 五穀パン わかめとえのきのスープ	20日)鶏肉トマトソース煮 豚ひき・玉ねぎ・かつおだし・パン粉・卵・塩・酢・素精糖・醤油・片栗粉・ケチャップ カリフラワー・きゅうり・にんじん・マヨネーズ・塩 五穀パン(卵なし) 0歳児は食パンスティック付き 塩蔵わかめ・えのき・長ネギ・青菜・塩・醤油・ごま・ごま油	20日)鶏肉・玉葱・にんにく・マッシュルーム・コーン缶・パセリ・油・ トマトビュレ・水・塩・生クリーム 0,1歳児)鶏ひき・玉葱・片栗粉	ひじきカレーピラフ 精白米・胚芽米・玉葱・まぐろ缶詰・にんじん・ピーマン・ カレー粉・塩・油 くだもの・牛乳	やきいも さつまいも 麦茶	きつねうどん・さつまいもと昆布煮 干しうどん・鶏肉・油揚げ・にんじん・椎茸・キャベツ・青菜・醤油・ 酒・塩・長葱 さつまいも・昆布・みりん・素精糖・醤油 くだもの
金 7 21	7 肉豆腐 ほうれんそうの信田和え ごはん 白菜の味噌汁	豆腐・豚肉(乳児ひき肉)・玉葱・白滝・素精糖・醤油・酒・油 ほうれん草・油揚げ・醤油・ごま・かつおだし・にんじん 精白米・胚芽米 白菜・油揚げ・にんじん・塩蔵わかめ・青菜・味噌・煮干し	7日)スパゲティミートソース・くだもの・牛乳 スパゲティ(合ひき肉)・玉葱・人参・干し椎茸・トマト缶・ケチャップ・パセリ・塩・チーズ 21日)スパゲティホリタン・くだもの・牛乳 スパゲティ・牛ひき・人参・ピーマン・トマト缶・ケチャップ・パルメザン・塩・油	きなこラスク 食パン・きな粉・素精糖・マーガリン 麦茶	魚のみぞれ煮・きゅうりのしらす和え 魚・片栗粉・油・かつおだし・醤油・酒・大根 きゅうり・しらす・酢・醤油 精白米・胚芽米・ゆかり ゆかりごはん・すまし汁	
土 8 22	8 タンメンうどん 長芋と豚肉煮 ゼリー	干しうどん・豚ひき・油・キャベツ・人参・もやし・長葱・塩 長芋・素精糖・醤油・酒・豚肉・にんじん・いんげん 100%ジュース・素精糖・アガー・水	パン・小魚 ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳			

* * 乳児)エネルギー437kcal たんぱく質17.8g 脂質15.0g * 幼児)エネルギー562kcal たんぱく質22.9g 脂質19.1g
* * 0才児クラスのみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。* 3時の牛乳は豆乳入りです * 材料の関係で献立が変更になることもあります。